



# Flagfootballclinic

kring



Beste ouders,

Afgelopen donderdagmiddag hebben de kinderen van groep 7 kennisgemaakt met de sport American Football. Deze middag hebben we georganiseerd in samenwerking met de sportvereniging Leiden Lightning. Het was een zeer geslaagde middag. Het heeft heel erg geregend, maar dat maakte de kinderen van groep 7 helemaal niets uit. De clinic werd er juist heel erg stoer door. Toen we aankwamen, stond de trainer klaar om de clinic te geven. De kinderen hebben geoefend met het gooien, vangen en vrijlopen. Ook hebben ze de tackle geoefend. Natuurlijk niet op elkaar, maar met behulp van vlaggetjes om hun middel.

American Football is een zeer bijzonder spelletje. Kracht, techniek, tactiek en snelheid komen bij elkaar in één sport. De sport is voor iedereen geschikt. Het maakt totaal niet uit of je dik/dun, snel/langzaam, groot/klein bent. Voor iedereen is er een positie in het veld. Ook wordt er geen verschil gemaakt tussen jongens en meisjes, iedereen staat door elkaar in het veld.

Bij American Football worden er twee verschillende versies gespeeld. De non-contact versie en de contact versie:

- \* De non-contact versie wordt aan de hand van vlaggen gespeeld. Het heet daarom ook flagfootball. Dit is voor de jeugd vanaf 8 jaar oud.
- \* De contact versie wordt met helmen, schouders en andere beschermingsmiddelen gespeeld waardoor dit de bijnaam Tackle heeft gekregen. Deze vorm is mogelijk vanaf 14 jaar oud.



Leiden Lightning heeft een actief (jeugd-) beleid. Verschillende teams hebben belangrijke prijzen gewonnen, waaronder de 'peewees'. Dit zijn de jongste spelers in de leeftijdscategorie van 8-12 jaar. Zij spelen de non-contact variant Flagfootball en zijn al twee keer Nederlands kampioen geweest!

Als uw kind heel enthousiast thuis is gekomen, is het misschien leuk om hem of haar een aantal proeflessen te laten volgen. De eerste 4 trainingen zijn geheel gratis, zodat iedereen een goede mening kan vormen over de club en de sport. Hierna kun

je eventueel lid worden.

Voor overige vragen of info kan u contact opnemen met Erik de Jonge, bereikbaar op [lightningjeugdbeleid@gmail.com](mailto:lightningjeugdbeleid@gmail.com). Hieronder staan de tijden van de trainingen. Deze worden gegeven op het gloednieuwe sportveld aan de Montgomerystraat 51.

Dag	Van	Tot	Doelgroep	Wedstrijddag
Vrijdag	18.00 uur	19.30 uur	Kinderen van 8 t/m 12 jaar	Zondag

**OUDERS OPGELET:** Speciaal voor alle volwassenen die American Football teveel een contactsport vinden wordt er een flagfootballteam opgezet. Dames en heren spelen samen in een team. Iedereen is van harte welkom om mee te spelen. De eerste training start op zondag 11 september om 11.00 uur. Voor meer informatie kunt u Karin Beij mailen: [penningmeesterlightningpenningmeester@gmail.com](mailto:penningmeesterlightningpenningmeester@gmail.com).

Heel veel sportplezier!

Monique van Ark

Vakleerkracht LO en combinatiefunctionaris van basisschool de Morskring

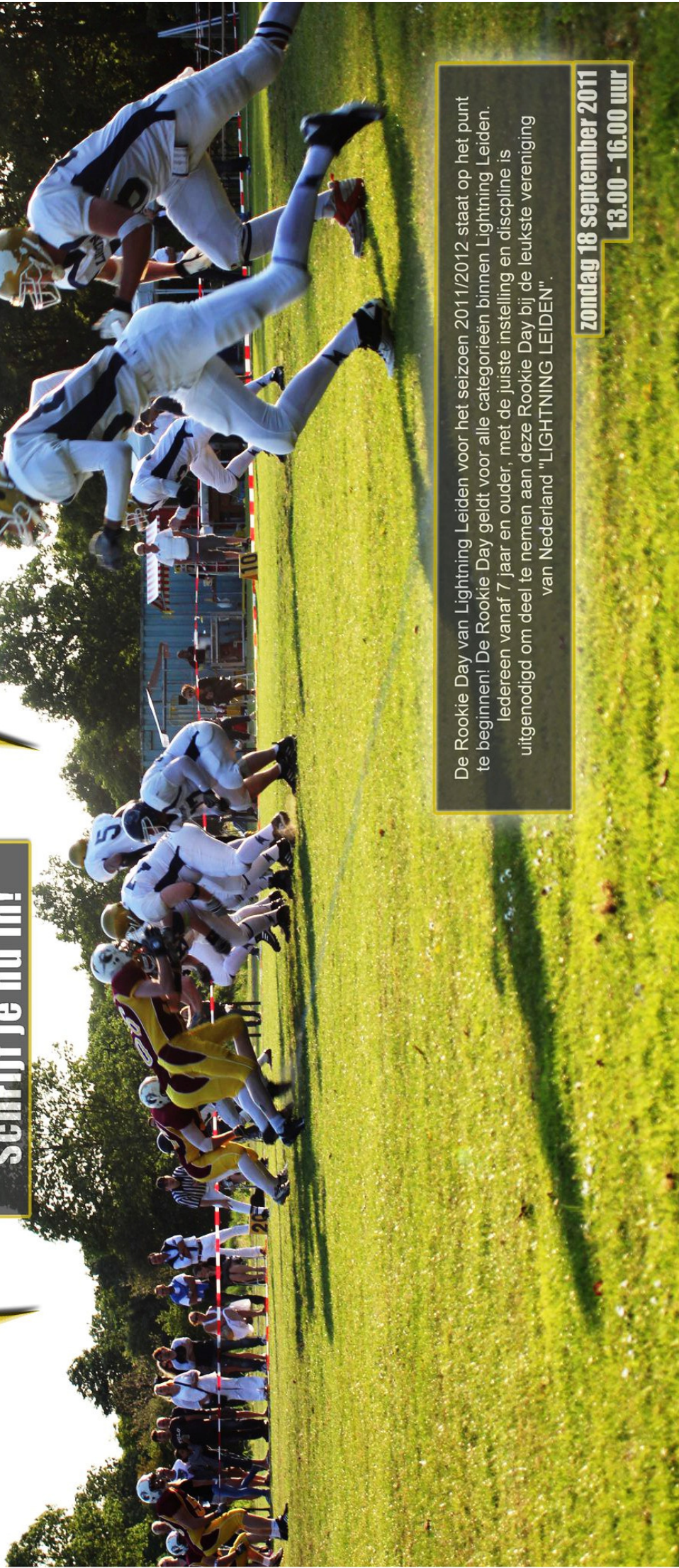


# Join Lightning in the Battle

## Rookie Day

Lightning Leiden  
Montgomerystraat 51, Leiden  
[www.lightningleiden.nl](http://www.lightningleiden.nl)  
[lightningrookie@gmail.nl](mailto:lightningrookie@gmail.nl)  
0647444996

**Schrijf je nu in!**



De Rookie Day van Lightning Leiden voor het seizoen 2011/2012 staat op het punt te beginnen! De Rookie Day geldt voor alle categorieën binnen Lightning Leiden. Iedereen vanaf 7 jaar en ouder, met de juiste instelling en discipline is uitgenodigd om deel te nemen aan deze Rookie Day bij de leukste vereniging van Nederland "LIGHTNING LEIDEN".

**Zondag 18 september 2011**  
**13.00 - 16.00 uur**